

## Qu'est-ce qu'un séminaire de cohésion d'équipe ?

Un séminaire de cohésion d'équipe est un événement organisé par une entreprise dans le but de renforcer les liens entre ses collaborateurs, d'améliorer la communication et de développer l'esprit d'équipe. C'est à la fois un moment de travail collectif et une expérience conviviale qui favorise la motivation, la confiance mutuelle et le sentiment d'appartenance.

## Objectifs principaux

- Fédérer les collaborateurs autour de valeurs communes.
- Améliorer la communication et la coopération entre les équipes.
- Renforcer la motivation et la dynamique de groupe.
- Stimuler la créativité et la capacité à résoudre des problèmes ensemble.
- Créer des souvenirs communs qui consolident les relations.

## Contenu typique d'un séminaire de cohésion

- Ateliers de travail collaboratifs (brainstorming, réflexion stratégique, ateliers créatifs).
- Activités de team building (jeux de rôle, challenges sportifs, ateliers artistiques, escape game, etc.).
- Sessions de coaching ou de formation pour développer des compétences spécifiques (leadership, gestion du stress, communication).
- Moments conviviaux (dîners, soirées, découvertes culturelles ou activités en plein air).



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

## Bénéfices pour l'entreprise

- Amélioration du climat social et réduction des tensions.
- Plus grande efficacité collective grâce à une meilleure synergie.
- Renforcement du sentiment d'appartenance et de la loyauté envers l'entreprise.
- Meilleure adaptabilité face aux changements ou aux défis.

En résumé : un séminaire de cohésion d'équipe est un investissement humain qui permet d'allier développement professionnel, plaisir et performance collective.

## TEAM BUILDING

### Qu'est-ce que le team building ?

Le **team building** regroupe des **expériences structurées** (ludiques, créatives, sportives, solidaires, digitales...) destinées à **renforcer la coopération**, la **confiance** et la **performance** d'un collectif de travail. Ce n'est ni une simple "sortie sympa", ni une formation classique : c'est un **levier d'apprentissage expérientiel** où l'on vit une situation, on la **débriefe**, puis on relie les enseignements au **terrain professionnel**.

### Objectifs typiques

- **Cohésion & confiance** : briser les silos, fluidifier la communication, créer des rituels communs.
- **Collaboration efficace** : clarifier les rôles, améliorer la coordination, prendre de meilleures décisions.
- **Leadership & responsabilisation** : développer l'autonomie, le feedback, la posture managériale.
- **Engagement & bien-être** : motivation, appartenance, prévention des tensions.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

- **Acculturation & transformation** : accompagner un changement (fusion, réorg, nouveau produit).

### Mécanismes qui rendent le team building efficace

- **Apprentissage expérientiel (Kolb)** : faire → observer → analyser → réappliquer.
- **Stades de Tuckman** (forming, storming, norming, performing) pour lire la vie d'équipe.
- **Sécurité psychologique** : droit à l'erreur, parole libre, écoute active.
- **Défis coopératifs** : objectifs partagés, interdépendance positive, rôles complémentaires.
- **Émotions & souvenir commun** : ancrage mémoriel puissant → transfert plus durable.

### Types d'activités (exemples)

- **Résolution de problèmes** : escape game collaboratif, Lego® Serious Play®.
- **Créativité & innovation** : design sprint condensé, atelier pitch & prototypage.
- **Sport & aventure** (adaptés à tous niveaux) : course d'orientation en binômes, défis soft-adventure.
- **RSE & impact** : fresque du climat, action solidaire, upcycling challenge.
- **Culture & culinaire** : quiz interactif, atelier cuisine en brigades, photo/vidéo storytelling.
- **Digital / hybride** : jeux coopératifs en ligne, enquêtes virtuelles, ateliers Miro/Mural.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

## Formats possibles

- **Icebreakers** (15–30 min) : lancer une réunion/séminaire.
- **Ateliers courts** (1,5–3 h) : un objectif précis (feedback, coopération).
- **Journée(s) d'équipe** : mix d'activités + débrief + plan d'action.
- **Programme récurrent** (3–6 mois) : séquences espacées pour ancrer les pratiques.

## Méthodologie de conception (de bout en bout)

1. **Brief & diagnostic** : contexte, enjeux, audience, contraintes (budget, temps, accessibilité).
2. **Ciblage des effets attendus** : comportements à voir évoluer + critères d'évaluation.
3. **Design pédagogique** : choisir le bon défi, prévoir rôles, règles, variations.
4. **Logistique** : lieu, matériel, sécurité, inclusivité, alimentation, météo/plan B.
5. **Facilitation** : cadrage clair, consignes visuelles, énergie, gestion des temps.
6. **Débrief structuré** (*What? So what? Now what?*) : faits → sens → actions.
7. **Transfert & suivi** : plan d'action, rituels d'équipe, micro-learning / coaching post-événement.

## Bonnes pratiques de facilitation

- **But explicite** : relier dès l'intro l'activité aux enjeux métiers.
- **Inclusion** : options "low-impact" (non sportifs), accessibilité, langage simple, pas d'alcool "obligatoire".
- **Coopération > compétition** : la compétition peut galvaniser mais aussi exclure—dosage fin.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

- **Rôles tournants** : leader, timekeeper, rapporteur, observateur.
- **Débrief centré comportements** : faits observables, feedbacks courts (SBI : Situation–Behavior–Impact).

### Mesurer l'impact (Kirkpatrick + KPIs)

- **Niveau 1 – Réaction** : satisfaction, utilité perçue (NPS de session).
- **Niveau 2 – Apprentissage** : quiz pré/post, auto-évaluations compétences (ex. écoute, feedback).
- **Niveau 3 – Comportements** : observation en réunion, réseau de collaboration (avant/après), fréquence de rituels (daily, rétros).
- **Niveau 4 – Résultats** : délais projets, qualité, eNPS, rétention, baisse des incidents.
- **ROI (simple)** : (bénéfices estimés – coût total) ÷ coût total.  
Outils : mini-sondages 30/60/90 jours, sociogrammes, analytics d'outils collaboratifs (qualitatif > quantitatif si besoin).

### Risques & erreurs courantes (à éviter)

- **“Fun imposé”** sans sens métier → effet boomerang.
- **Activité excluante** (trop physique, horaires familiaux incompatibles, codes culturels).
- **Compétition toxique** (gagnants/humiliés).
- **Pas de débrief** → zéro transfert.
- **Confidentialité & image** : photos non consenties, partage externe non maîtrisé.
- **Sécurité** : activités à risque sans encadrement/assurance adéquats.



## Intégration avec le coaching et l'événementiel

- **Avant** : cadrage avec le management, objectifs comportementaux.
- **Pendant** : facilitation + micro-apports (feedback, écoute, décision collective).
- **Après** : **coaching** ciblé (managers/équipe), **rituels** (stand-up, rétrospective), **événement de suivi** (show & tell des apprentissages).

## FAQ express

- **Team building = fun ?** Oui, mais **au service d'objectifs**. Le débrief fait la différence.
- **Compétition ou coopération ?** Un peu de jeu compétitif possible, mais la **coopération** doit rester dominante.
- **Utile en remote ?** Oui, à condition d'outiller et de débriefer les règles de collaboration à distance.
- **Fréquence ?** 1-2 grands rendez-vous/an + micro-rituels mensuels = bon rythme d'ancrage.

## LE COACHING PROFESSIONNEL

### Qu'est-ce que le coaching professionnel ?

Le **coaching professionnel** est un **accompagnement structuré**, centré sur la **personne** ou le **collectif**, qui vise à favoriser la prise de recul, l'évolution des comportements, la révélation des potentiels et l'atteinte d'objectifs concrets en lien avec le travail.

C'est un **processus de transformation** qui s'appuie sur :

- l'écoute active,
- le questionnement puissant,



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• www.team-cohesion.com

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• contact@team-cohesion.com

- la confrontation bienveillante,
- et des mises en pratique opérationnelles.

Le coach **ne conseille pas** (comme un consultant) et **n'enseigne pas** (comme un formateur) : il **facilite** l'émergence des solutions par le client lui-même.

## Objectifs typiques du coaching professionnel

### Coaching individuel

- Développer le **leadership** (vision, posture, communication).
- Gérer les **transitions** (prise de poste, mobilité, reconversion).
- Accroître la **confiance en soi** et l'**assertivité**.
- Améliorer la **gestion du temps, du stress, des priorités**.
- Dépasser des **freins personnels** (peur de l'échec, syndrome de l'imposteur).
- Renforcer la **capacité de décision** et le **passage à l'action**.

### Coaching d'équipe

- Construire ou reconstruire la **cohésion**.
- Clarifier la **vision, les rôles, la gouvernance**.
- Fluidifier la **communication** et la **prise de décision collective**.
- Gérer les **conflits** et restaurer la confiance.
- Stimuler la **performance collective** et l'**intelligence collaborative**.
- Accompagner le **changement organisationnel** (fusion, transformation digitale, croissance rapide).



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

## Les grands principes du coaching

- **Alliance de coaching** : contrat tripartite (coaché – entreprise – coach) → clarifie objectifs, cadre, confidentialité.
- **Autonomie** : le coach ne donne pas la solution, il aide le coaché à la trouver.
- **Bienveillance & exigence** : équilibre entre soutien et confrontation constructive.
- **Confidentialité** : règle absolue en coaching individuel, adaptée en coaching d'équipe (partage collectif validé).
- **Orientation résultats** : transformation observable dans les comportements et les pratiques.

## Méthodes et outils utilisés

- **Questionnement socratique** : amener le coaché à clarifier ses croyances, intentions, choix.
- **Feedback structuré** (ex. SBI : Situation – Behavior – Impact).
- **PNL** (Programmation Neuro-Linguistique) : recadrage, ancrages.
- **Analyse transactionnelle** : compréhension des relations (Parent – Adulte – Enfant).
- **Approche systémique** : lire les interactions plutôt que les individus isolés.
- **MBTI, DISC, Process Com®...** : outils de connaissance de soi et des autres (si utile).
- **Codéveloppement professionnel** (coaching collectif) : apprentissage mutuel structuré en groupe.
- **Techniques de créativité et de visualisation** : projection dans des futurs possibles, exploration de solutions.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

## Déroulement d'un coaching individuel

1. **Contrat & cadrage** : objectifs précis, durée (souvent 6 à 10 séances), règles de fonctionnement.
2. **Exploration** : identifier croyances limitantes, ressources, enjeux réels.
3. **Travail en profondeur** : expérimentations, recadrages, confrontation bienveillante.
4. **Mises en action** : exercices, défis entre séances, retours d'expérience.
5. **Bilan & clôture** : évaluation des progrès, plan de consolidation.

Format habituel : séances de 1h à 2h, tous les 15 jours à 1 mois, sur 6 à 9 mois.

## Déroulement d'un coaching d'équipe

1. **Diagnostic initial** (entretiens individuels, questionnaires, observations de réunions).
2. **Séminaire de lancement** (1 à 2 jours) : clarification du cadre, définition des règles de fonctionnement.
3. **Sessions régulières** (½ journée à 1 journée, tous les 1–2 mois).
  - Travail sur la vision, la gouvernance, les relations interpersonnelles.
  - Débriefs collectifs sur les pratiques et modes de décision.
4. **Suivi & ancrage** : rituels d'équipe, feedbacks croisés, accompagnement des managers.
5. **Bilan** : évaluation des transformations observées dans la collaboration et les résultats.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

## Bénéfices concrets observés

- **Individuel** : meilleure posture de leader, confiance renforcée, prise de décision accélérée, équilibre vie pro/perso, progression de carrière.
- **Équipe** : réunions plus efficaces, baisse des tensions, alignement sur les priorités, engagement renforcé, plus grande résilience face aux changements.
- **Organisation** : culture managériale améliorée, réduction du turnover, performance globale accrue.

## Bonnes pratiques et écueils à éviter

- ✓ Créer une alliance claire et explicite dès le départ.
- ✓ Respecter strictement la confidentialité.
- ✓ Relier chaque séance à des **objectifs mesurables**.
- ✓ Débriefing régulièrement avec le commanditaire (RH, direction) sur les avancées globales (sans violer la confidentialité).
- ✓ Utiliser des outils adaptés au niveau de maturité du coaché ou de l'équipe.
- ✗ Faire du coaching "alibi" sans vrai objectif.
- ✗ Confondre coaching avec thérapie (problèmes personnels profonds → orientation externe).
- ✗ Laisser l'entreprise instrumentaliser le coaching comme outil de contrôle.
- ✗ Promettre des résultats rapides et magiques : le coaching est un processus.

## Mesurer l'impact du coaching

- **Auto-évaluation** du coaché (avant / après).
- **Feedbacks 360°** (collègues, manager, collaborateurs).
- **Indicateurs observables** : qualité des réunions, clarté des décisions, taux de délégation, gestion des conflits.
- **Résultats business** (indirects) : progression d'un projet, atteinte d'objectifs, engagement collaborateurs (eNPS, sondages internes).



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• www.team-cohesion.com

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• contact@team-cohesion.com

## Intégration avec le team building et l'événementiel

**Avant** : diagnostic par coaching individuel ou collectif → identifier enjeux d'équipe.

- **Pendant** : combiner **team building expérientiel + séances de coaching** pour approfondir les apprentissages.
- **Après** : suivi par coaching individuel (managers) et collectif (équipe) pour ancrer les nouvelles pratiques.
- **Événementiel** : intégrer coaching & conférences dans les séminaires pour maximiser l'impact et prolonger l'expérience.

## L'ÉVÈNEMENTIEL ORIENTÉ ÉQUIPE

### Qu'est-ce que l'événementiel d'entreprise orienté équipes ?

L'**événementiel d'entreprise** est l'organisation de temps forts collectifs conçus pour **rassembler, motiver et fédérer** les collaborateurs autour d'objectifs stratégiques, culturels ou relationnels.

Lorsqu'il est tourné vers les équipes, il ne se limite pas à la simple logistique (lieu, repas, animations) : il devient un **outil de management et de transformation**, au service de la **cohésion**, de la **culture d'entreprise** et de la **performance collective**.

### Objectifs typiques

- **Cohésion & appartenance** : renforcer l'esprit d'équipe, partager des émotions communes.
- **Engagement & motivation** : remercier, reconnaître les efforts, célébrer les réussites.
- **Communication interne** : partager une vision, un projet, une nouvelle organisation.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

- **Innovation & intelligence collective** : stimuler la créativité à travers des formats collaboratifs.
- **Culture & valeurs** : incarner concrètement l'ADN de l'entreprise.
- **Transformation** : accompagner un changement (fusion, réorganisation, lancement produit).

## Types d'événements orientés équipes

### Événements conviviaux & festifs

- **Soirées d'entreprise** : galas, afterworks, cocktails thématiques.
- **Journées anniversaires** : célébration des 10, 20, 50 ans de l'entreprise.
- **Cérémonies de remise de prix** (Awards internes).

### Événements de cohésion & de développement

- **Séminaires d'équipe ou de direction** : allier stratégie et activités de cohésion.
- **Kick-off & conventions** : lancement d'année, mobilisation sur des objectifs communs.
- **Voyages incentive** : expérience partagée marquante pour récompenser et fédérer.

### Événements collaboratifs & participatifs

- **Hackathons internes** : résoudre un défi réel en équipe.
- **Workshops créatifs** : design thinking, serious games, co-design.
- **Forums ouverts & barcamps** : co-construction d'idées et intelligence collective.

### Événements à impact sociétal ou RSE



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

- **Actions solidaires collectives** : rénovation, collecte, engagement associatif.
- **Ateliers durables** : fresques, upcycling, écologie pratique en équipe.
- **Événements “green”** : lieux écoresponsables, restauration locale, digitalisation.

### Méthodologie de conception (du brief à la réalisation)

1. **Analyse des besoins** : contexte, objectifs (motiver, célébrer, transformer), public cible.
2. **Conception créative** : définir le concept, le storytelling, les moments clés.
3. **Programmation & animation** : équilibre entre plénières, ateliers, moments informels.
4. **Logistique** : lieu, restauration, technique, transport, hébergement.
5. **Communication** : teasing avant, valorisation pendant, capitalisation après (photos, vidéos, livrables).
6. **Animation & facilitation** : garantir énergie, inclusion et fluidité.
7. **Suivi & évaluation** : recueillir feedbacks, mesurer impact sur engagement et collaboration.

### Facteurs clés de succès

- **Alignement stratégique** : l'événement doit refléter les valeurs et les enjeux de l'entreprise.
- **Expérience marquante** : storytelling, scénographie, animations immersives.
- **Inclusion & accessibilité** : tous les profils doivent se sentir intégrés.
- **Interaction & participation** : privilégier le collectif aux longs discours descendants.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

- **Émotion & sens** : créer des souvenirs durables, relier le moment au quotidien professionnel.
- **Durabilité** : réduire l’empreinte écologique (zéro plastique, digital, circuits courts).

### Bénéfices concrets

- **Court terme** : boost d’énergie, motivation, sentiment de reconnaissance.
- **Moyen terme** : meilleure coopération, circulation accrue de l’information, engagement renforcé.
- **Long terme** : culture partagée, attractivité employeur, rétention des talents.

### Intégration avec le team building et le coaching (logique Team Cohesion)

- **Événementiel + Team Building** : l’événement devient expérientiel et fédérateur (pas seulement festif).
- **Événementiel + Coaching** : intégrer des ateliers de développement ou de leadership pour renforcer l’impact.
- **Triptyque** : séminaire événementiel (rassemblement) + activités team building (cohésion immédiate) + suivi coaching (ancrage durable).

### Points de vigilance & erreurs à éviter

- ✗ Événement “vitrine” sans contenu réel → effet déceptif.
- ✗ Trop descendant (discours longs, passivité des participants).
- ✗ Oublier l’après : pas de plan de capitalisation ni de communication.
- ✗ Manque d’accessibilité ou inclusion (transport, profils divers, contraintes personnelles).
- ✗ Déconnexion totale des enjeux réels de l’entreprise.



## Mesurer l'impact d'un événement d'équipe

- **Satisfaction immédiate** : sondage post-événement.
- **Engagement** : mesure de la motivation, du sentiment d'appartenance.
- **Collaboration** : observation de la dynamique d'équipe après l'événement.
- **Résultats business** (indirects) : fluidité des projets, innovation, taux de rétention.
- **Capitalisation** : production de livrables (photos, vidéos, synthèse d'ateliers) pour prolonger l'expérience.

👉 Cet événementiel orienté équipes peut se présenter comme un “**accélérateur d'énergie collective**”, complémentaire au **team building** (expérientiel) et au **coaching** (ancrage durable).



## Présentation de Team Cohesion

**Team Cohesion** est une société spécialisée dans le **team building**, le **coaching professionnel** et l'**organisation d'événements d'entreprise**. Notre mission est de renforcer la performance collective et individuelle en créant des expériences uniques qui allient cohésion, développement personnel et plaisir.

## Nos domaines d'expertise

- **Team building** : des activités ludiques, créatives ou sportives conçues pour fédérer les équipes, stimuler la coopération et renforcer la confiance mutuelle.



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)

- **Coaching professionnel** : un accompagnement sur mesure pour dirigeants, managers et collaborateurs afin de développer les compétences relationnelles, le leadership et la gestion du changement.
- **Événementiel d'entreprise** : conception et organisation de séminaires, conventions, soirées ou voyages d'entreprise, pensés pour marquer les esprits et favoriser le sentiment d'appartenance.

### Notre approche

Chez **Team Cohesion**, nous croyons que la réussite d'une organisation repose sur la qualité de ses relations humaines. C'est pourquoi nous mettons l'accent sur :

- L'expérience **partagée** pour créer des souvenirs collectifs durables,
- L'apprentissage **expérientiel** pour renforcer les compétences en situation réelle,
- Une **personnalisation totale** de nos interventions, adaptées aux objectifs, aux valeurs et à la culture de chaque entreprise.

### Notre valeur ajoutée

Avec une équipe d'experts passionnés et une méthodologie éprouvée, **Team Cohesion** transforme chaque projet en un levier puissant de motivation, de cohésion et de performance.

Retrouvez toutes nos offres sur [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)



TEAM COHESION - TRIUM CONSULTING  
SAS AU CAPITAL DE 10 000 EUROS

• 28 rue Saint Jean  
31130 BALMA  
• [www.team-cohesion.com](http://www.team-cohesion.com)

• Tél : 05 62 24 96 86  
• Fax : 05 67 07 17 94  
• [contact@team-cohesion.com](mailto:contact@team-cohesion.com)